



DEL FANA CUP



Onsdag 20. mars 2019, kl.18.00 i Slåtthaughallen, er det klart for årets første Delfana-cup. Dette klubbstevnet arrangeres fire ganger i året, og her deltar alle klubbens medlemmer, ifra svømmekurs til elitenivå. Alle kursbarna svømmer 25m fri hver gang, mens de aktive svømmerne i klubben svømmer 50m (12år o.y) eller 100m (13år o.e) butterfly, crawl, bryst og rygg fordelt på de fire Delfana-cupene. Det er også en Old Boys- og Good Girls-klasse, slik at foreldre, trenere og tidligere svømmere kan prøve seg på en 50m fri.

Innsvømming starter kl. 18.00 og stevnet kl. 18.30.

Etter at svømmingen er unnagjort, blir det mat og drikke i kantinen, samt utdeling av Delfana-sløyfe til alle deltakere. NB! Kantinen åpner så fort siste heat er ferdig.

Øvelser:

1. 100 bryst jenter 2006 o.e
2. 100 bryst gutter 2006 o.e
3. 25 fri jenter kursbarn
4. 25 fri gutter kursbarn
5. 50 bryst jenter 2007 o.y
6. 50 bryst gutter 2007 o.y
7. 50 fri Good Girls
8. 50 fri Old Boys



Kursbarna melder seg på ved å sende navn og fødselsår til laila@delfana.no innen mandag 18. mars. De aktive svømmerne (BSE, BSB, K1, K2, T1, T2, T3, T4) melder seg på til Silla (HT) mandag 18. mars.

Pris pr. deltaker er 20kr. Dette dekker mat, drikke og deltakersløyfe.

Voksne: 50kr

Velkommen!!

VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE:

